24.041 Šalát cviklový so zelerom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
cvikla	4,00	3,20	5,50	4,40	5,50	4,40	9,00	7,20
zeler	1,00	0,80	1,80	1,44	1,80	1,44	3,00	2,40
chren sterilizovaný	0,20	0,20	0,40	0,40	0,40	0,40	0,60	0,60
citróny	0,40	0,16	0,60	0,24	0,60	0,24	0,90	0,36
cukor kryštálový	0,20	0,20	0,35	0,35	0,35	0,35	0,60	0,60
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15
voda	1,00	1,00	2,00	2,00	2,00	2,00	2,50	2,50
hmotnosť porcie v g	55		95		95		125	

Receptúra

Výrobný postup
Cviklu umyjeme, uvaríme vcelku. Zeler očistíme, uvaríme. Uvarenú vychladnutú cviklu očistíme, postrúhame pridáme uvarený postrúhaný zeler, chren a zalejeme nálevom z vody, soli, cukru a citrónovej šťavy. Dobre premiešame.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	µg	mg	mg	mg	mg
A	147	35	0,66	0,2	0,0	6,9	1,4	19,5	0,5	0,00	0,0	0,0	4,9	0,0
B	238	57	0,98	0,3	0,0	11,3	2,2	31,6	0,8	0,00	0,0	0,0	7,2	0,0
C	238	57	0,98	0,3	0,0	11,3	2,2	31,6	0,8	0,00	0,0	0,0	7,2	0,0
D	388	93	1,59	0,4	0,0	18,4	3,5	50,7	1,3	0,01	0,1	0,1	11,6	0,0